

Doradca Smaku, odc. 43: Kurczak orientalny po Michelsku



DORADCA SMAKU



CZAS
PRZYGOTOWANIA
30 MIN



ILOŚĆ
PORCJI
1 - 2

SKŁADNIKI

Lista składników

pierś z kurczaka	2 szt.
cebula	1 szt.
pomidorki koktajlowe	kilka szt.
pomidory suszone	
wino białe wytrawne	40 ml
ocet ryżowy	10 ml
sos sojowy	10 ml

olej do smażenia

Przyprawa curry orientalna Prymat

Imbir mielony Prymat

Sól morską jodowaną drobnoziarnistą Prymat

Orientalna mieszanka przypraw Michela

Papryka słodka mielona Prymat

Papryka ostra mielona Prymat

Imbir mielony Prymat

Kolendra cała Prymat

Kminek mielony Prymat

SPOSÓB PRZYGOTOWANIA

Kroki postępowania

- KROK 1 Piersi z kurczaka kroimy wzdłuż na równe płaty. W misce obtaczamy kurczaka w mieszance przypraw Michela oraz w soli, curry i imbirze.
- KROK 2 Cebulę kroimy w cienkie piórka, pomidorki koktajlowe na połówki, a pomidory suszone w cienkie paski. Woka lub dużą patelnię stawiamy na ogniu i wlewamy odrobinę oleju.
- KROK 3 Przyprawione płaty kurczaka podsmażamy przez 3-4 minuty, jeśli płaty kurczaka są cienkie. Ważne jest by kurczak nie był suchy. Powinien zostać soczysty w środku.
- KROK 4 Po tym czasie pierś kurczaka wykładamy na osobny talerz, a na pozostały na patelni olej wrzucamy cebulę i smażymy. Gdy cebula się zarumieni i wymiesza z przyprawami na patelni, dodajemy pomidorki koktajlowe i pokrojone suszone pomidory. Wszystko chwilę smażymy, mieszając. Następnie dolewamy ocet ryżowy i smażymy aż ocet odparuje. W tym czasie rozgniatamy lekko pomidorki, żeby puściły sok.
- KROK 5 Dolewamy sos sojowy i zmniejszamy ogień. Następnie dolewamy białe wino i przyprawiamy według uznania mieszanką przypraw Michela. Smażymy mieszając. Na końcu dolewamy sos śliwkowy.
- KROK 6 Do tak przygotowanego sosu w woku wkładamy z powrotem płaty piersi z kurczaka. Smażymy ok. 1-2 minut, tak by pozostały soczyste. Po tym czasie wykładamy kurczaka na talerz i polewamy obficie sosem.
- KROK 7 Kurczak doskonale smakuje z białym gotowanym ryżem. Bon appetit!